

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI**

**OLEH**

**ELIZABETH PUTRI WATTIMENA**

**80 2010 122**

**TUGAS AKHIR**

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Guna Memenuhi Sebagian Dari Persyaratan  
Untuk Mencapai Gelar Sarjana Psikologi**

**Program Studi Psikologi**



**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**

**SALATIGA**

**2015**



### PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ELIZABETH PUTRI WATTIMENA  
NIM : 80 2010 122 Email : elizabethwattimena@gmail.com  
Fakultas : PSIKOLOGI Program Studi : PSIKOLOGI  
Judul tugas akhir : HUBUNGAN ANTARA PERFESIONISME DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI

Dengan ini saya menyerahkan hak *non-eksklusif*\* kepada Perpustakaan Universitas – Universitas Kristen Satya Wacana untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut (beri tanda pada kotak yang sesuai):

- ☒ a. Saya mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA
- ☐ b. Saya tidak mengizinkan karya tersebut diunggah ke dalam aplikasi Repositori Perpustakaan Universitas, dan/atau portal GARUDA\*\*

\* Hak yang tidak terbatas hanya bagi satu pihak saja. Pengajar, peneliti, dan mahasiswa yang menyerahkan hak non-eksklusif kepada Repositori Perpustakaan Universitas saat mengumpulkan hasil karya mereka masih memiliki hak copyright atas karya tersebut.

\*\* Hanya akan menampilkan halaman judul dan abstrak. Pilihan ini harus dilampiri dengan penjelasan/ alasan tertulis dari pembimbing TA dan diketahui oleh pimpinan fakultas (dekan/kaprodi).

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Salatiga, 24 Februari - 2016

ELIZABETH PUTRI WATTIMENA

Mengetahui,

Pembimbing I

Pembimbing II

  
BERTA ESTI ARI PRASETYA, S.Psi., MA.  
HERU ASTIKASARI S. MURTI, S.Psi., MA.



### PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : ELIZABETH . PUTRI . WATTIMENA  
NIM : 80 2010 122 Email : elizabethwattimena@gmail.com  
Fakultas : PSIKOLOGI Program Studi : FAKULTAS PSIKOLOGI  
Judul tugas akhir : HUBUNGAN ANTARA PERFESIONISME DENGAN  
PROKRASINASI AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN  
SKRIPSI PADA MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI  
Pembimbing : 1. BERTA ESTI ARI PRASETYA, S.Psi., MA.  
2. HERU ASTIKASARI S. MURTI, S.Psi., MA.

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Kristen Satya Wacana maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Kristen Satya Wacana.

Salatiga, 24 - Februari - 2016



ELIZABETH . PUTRI . WATTIMENA

Tanda tangan & nama terang mahasiswa



## PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elizabeth Putri Wattimena

Nim : 802010122

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir, judul:

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI**

Yang dibimbing oleh :

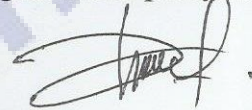
1. Berta Esti Ari Prasetya, S.Psi., MA.
2. Heru Astikasari S. Murti, S.Psi., MA.

Adalah benar-benar hasil karya saya.

Di dalam laporan tugas akhir ini tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan atau gagasan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau gambar serta simbol yang saya akui seolah-olah sebagai karya saya sendiri tanpa memberikan pengakuan pada penulis atau sumber aslinya.

Salatiga, 29 September 2015

Yang memberi pernyataan,



Elizabeth Putri Wattimena

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN  
AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Kristen Satya Wacana (UKSW), saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elizabeth Putri Wattimena  
Nim : 802010122  
Program Studi : Psikologi  
Fakultas : Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana  
Jenis Karya : Tugas Akhir

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UKSW hal bebas royalti non-eksklusif (*non-exclusive royalty freeright*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA DI  
FAKULTAS PSIKOLOGI**

Dengan hak bebas *royalty non-eksklusif* dalam bentuk pangkalan data, merawat dan mempublikasikan tugas akhir, selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis atau pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Salatiga  
Pada Tanggal 29 September 2015  
Yang menyatakan

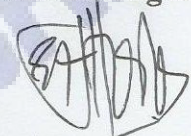
  
Elizabeth Putri Wattimena

Mengetahui,

**Pembimbing I**

  
Berta Esti Ari Prasetya, S.Psi., MA.

**Pembimbing II**

  
Heru Astikasari S. Murti, S.Psi., MA.



**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN PROKRASTINASI**  
**AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA DI**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**

Oleh

Elizabeth Putri Wattimena

802010122

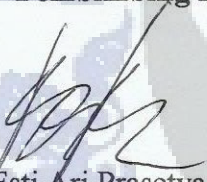
TUGAS AKHIR

Diajukan Kepala Fakultas Psikologi Guna Memenuhi Sebagian dari Persyaratan Untuk  
Mencapai Gelar Sarjana Psikologi

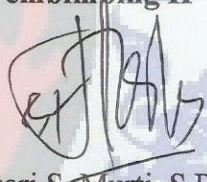
Disetujui pada tanggal : 29 September 2015

Oleh:

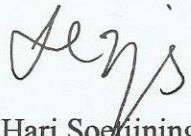
**Pembimbing I**

  
Berta Esti Ari Prasetya, S.Psi., MA.

**Pembimbing II**

  
Heru Astikasari S. Murti, S.Psi., MA.

**Diketahui Oleh,  
Kaprogdi**

  
Dr. Chr. Hari Soejiningsih, MS

**Disahkan Oleh,  
Dekan**

  
Prof. Dr. Sutarto Wijoyo, MA.

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA**  
**SALATIGA**

2015

**HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN PROKRASTINASI  
AKADEMIK DALAM MENYELESAIKAN SKRIPSI PADA  
MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI**

**Elizabeth Putri Wattimena**

**Berta Esti Ari Prasetya**

**Heru Astikasari S. Murti**

**Program Studi Psikologi**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KRISTEN SATYA WACANA  
SALATIGA**

**2015**

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui signifikansi hubungan antara perfeksionis dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. Sebanyak 82 orang diambil sebagai sampel yang dilakukan dengan menggunakan teknik sampel *insidental sampling*. Metode penelitian yang dipakai dalam pengumpulan data dengan metode skala perfeksionisme dan skala prokrastinasi akademik. Teknik analisa data yang dipakai adalah teknik korelasi product momen. Dari analisa data diperoleh koefisien korelasi keduanya memiliki ( $r$ ) 0,163 dengan signifikansi 0,071 ( $p > 0,05$ ) yang berarti kedua variabel yaitu perfeksionis dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi tidak adanya hubungan positif yang signifikan.

Kata Kunci : Perfeksionisme, Prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi, Mahasiswa



### ***Abstract***

*This research purpose is to comprehend the significance of the intercourse between perfectionism with the academic procrastination in finishing the thesis in students. As many as 82 participants were taken as sample done by using incidental sampling technique. The research's method used in gathering the data with scale of perfectionism and scale of academic procrastination. The data analysis result showed that result obtained a correlation coefficient which both of them have (r) 0,163 with the significant of 0,071( $p>0,05$ ); which mean both variables are perfectionist with the academic procrastination in finishing the thesis that has no significant positive relationship.*

*Keywords: Perfectionism, Academic Procrastination in finishing thesis, Students.*

## PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi. Mahasiswa dipersiapkan menjadi sumber daya manusia yang mampu menghadapi persaingan global, sehingga mahasiswa diharapkan menjadi tulang punggung atau penerus guna menjadi tenaga profesional yang berkualitas untuk membangun bangsa dan negara. Mahasiswa harus menempuh masa studi minimal 3,5 tahun dan akhirnya akan melewati fase akhir studinya dengan menyusun skripsi (Fibriani, 2009).

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan akademis di Perguruan Tinggi (Poerwodarminto, 1986). Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah skripsi karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana. Dalam proses pengerjaan skripsi seringkali menjadi hambatan bagi mahasiswa. Umumnya, mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan dalam jangka satu semester atau sekitar enam bulan. Tapi pada kenyataannya banyak mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk mengerjakan skripsinya. Sehingga terjadinya fenomena *bottleneck* tercermin dari jumlah mahasiswa yang lulus dibandingkan jumlah yang seharusnya lulus. Jumlah mahasiswa yang lulus umumnya lebih sedikit dibandingkan jumlah mahasiswa yang terlambat lulus (Wijayanti, 2006).

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 27 Maret 2015 dengan 2 mahasiswa wisudawan serta 2 mahasiswa psikologi yang sedang dalam penyelesaian skripsinya, sebagian mahasiswa mengungkapkan lamanya mengerjakan skripsi karena mahasiswa sering menunda-nunda pengerjaan skripsinya, biasanya ini terjadi ketika dosen pembimbing lama memberikan feedback atau dosen jarang dikampus sehingga susah ditemui, dosen juga tiba-tiba membatalkan jadwal bimbingan yang sebenarnya telah ditunggu-tunggu oleh sebagian mahasiswa yang ingin bimbingan. Hal seperti inilah yang membuat mahasiswa menunda pengerjaan skripsi, sehingga mereka lebih memilih untuk melakukan hal-hal atau kegiatan yang menyenangkan ketimbang mengerjakan skripsi. Selain itu disisi lainnya mahasiswa merasa kurang bisa membagi waktu antara kuliah dengan mengerjakan skripsi, serta kurangnya sistem penunjang yang kurang memadai seperti, perpustakaan yang tidak lengkap sehingga mahasiswa harus mengeluarkan biaya tambahan untuk mencari literatur ditempat lain.

Mahasiswa yang tidak berdaya menghadapi hambatan tersebut, akhirnya berusaha untuk menghindar dari pengerjaan skripsi (melakukan prokrastinasi akademik) dengan berbagai alasan. Solomon dan Rothblum (dalam Binder, 2000) mendefinisikan sebagai perilaku maladaptif yang dilakukan oleh pelajar atau mahasiswa dalam mengerjakan tugas akademiknya. Dalam dunia psikologi, fenomena menunda-nunda pekerjaan dikenal dengan istilah prokrastinasi. Prokrastinasi merupakan penundaan terhadap hal-hal diperlukan untuk mencapai suatu tujuan. Prokrastinasi melibatkan kesadaran bahwa seseorang harus melakukan suatu aktivitas, dan mungkin ingin melakukan sesuatu, namun gagal untuk memotivasi diri untuk melakukan aktivitas dalam waktu yang diinginkan atau diharapkan (Senecal, Koestner, & Vallerand, dalam LaForge, 2005).

Menurut Steel (2005) prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda secara sukarela terhadap pekerjaan yang sudah terjadwal dan penting dilakukan sehingga menimbulkan konsekuensi secara emosional, fisik dan akademik. Banyak penelitian yang dilakukan beberapa tahun terakhir yang menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah masalah umum terjadi di dunia akademik (Ellis & Knaus, dalam LaForge, 2005). Prokrastinasi akademik merupakan prokrastinasi situasional yang berhubungan dengan tugas akademik. Prokrastinasi akademik adalah jenis penundaan yang dilakukan pada jenis tugas formal yang berhubungan dengan tugas akademik, misalnya tugas sekolah atau tugas kursus (Ghufron, 2010).

Menurut Steel (2003) menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prokrastinasi adalah self-regulated learning, asertivitas, self-efficacy dan self-control. Selain itu menurut Burka & Yuen, 1989; Gordon, 2003; Shindler & Weinstein, 2006; Pryor, (2003) menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya perilaku prokrastinasi akademik adalah perfeksionisme. Menurut Burka & Yuen mengklaim bahwa prokrastinator membuat keinginan yang tidak realistis terhadap diri mereka sendiri, selain itu prokrastinasi banyak mengekspresikan karakteristik secara kognitif yang berhubungan dengan perfeksionisme, misalnya kecenderungan untuk mendukung pentingnya continue success (sukses yang berkelanjutan).

Perfeksionisme yang deskruktif atau neurotik dapat mengarah pada prokrastinasi, kecemasan pada tingkat tinggi, kesendirian, dan kegagalan (Ashby, Mangine, & Slaney dalam Pingree, 1999). Seseorang yang perfeksionisme menuntut segalanya sempurna dan terkadang memiliki harapan yang tidak realistis (Gordon, 2003). Perfeksionisme membuat seseorang enggan menyelesaikan tugas karena merasa tidak mampu mencapai standar yang



tinggi. Menurut Beswick, Rothblum, dan Mann (dalam Flett, Blankstein, Hewitt, & Koledin, 1992) salah satu jembatan penghubung antara perfeksionisme dan prokrastinasi adalah keyakinan yang irasional.

Dalam penelitian kualitatif oleh Kingofong (2004), perfeksionisme menjadi salah satu alasan mahasiswa menunda mengerjakan skripsinya. Ada mahasiswa yang menyiapkan semua bahan materi dan argumen yang matang, baru diserahkan kepada dosen pembimbing, agar tiap kali bimbingan pembimbing sudah menyetujuinya. Ada mahasiswa yang merasa tidak puas jika skripsi sederhana, menjadi idealis, dan ingin membuat *masterpiece* karena skripsi dipandang sebagai buku pertama yang dibuat. Akibatnya, mahasiswa tersebut menunda-nunda penyelesaian skripsi dan lulus tidak tepat waktu. Sama halnya dengan penelitian Kingofong, penelitian yang dilakukan oleh Gunawita, V.A., Nanik., & Lasmono, H.K. (2008) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik. Namun lain halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Steel (2003), menemukan bahwa perfeksionisme tidak berkorelasi secara signifikan dengan prokrastinasi.

Melihat fenomena dan hasil penelitian yang ada, maka penulis ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi pada mahasiswa.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Prokrastinasi Akademik Dalam Penyelesaian Skripsi**

Menurut Lay (dalam Laforge, 2005) prokrastinasi adalah menunda apa yang perlu dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu hingga beberapa waktu ke depan karena hal tersebut dirasakan berat, tidak menyenangkan, atau kurang menarik (Schafer dalam pahala, 2004). Steel (2002) mengatakan bahwa prokrastinasi bukan saja komponen yang menunda tugas dengan prioritas tinggi jika tersedia perilaku lain yang memberikan reward dengan segera dan kerugian yang rendah. Steel (2005a) menuliskan definisi prokrastinasi sebagai *“To voluntarily delay an intended course of action despite expecting to be worse-off for the delay.”* Dapat disimpulkan bahwa prokrastinasi adalah perilaku menunda-nunda secara sukarela terhadap pekerjaan yang sudah terjadwal dan penting dilakukan sehingga menimbulkan konsekuensi secara emosional, fisik dan akademik. Banyak penelitian yang dilakukan beberapa tahun terakhir yang menunjukkan bahwa prokrastinasi adalah masalah umum terjadi di dunia akademik (Ellis & Knaus, dalam LaForge, 2005).

### Aspek-Aspek Prokrastinasi Akademik

Tuckman (1990), salah satu ahli yang mengembangkan alat ukur prokrastinasi, membahas perilaku prokrastinasi dari tiga aspek yakni (1) penggambaran diri secara umum terhadap kecenderungan untuk menunda atau berhenti mengerjakan sesuatu (misal: *ketika saya punya deadline, saya akan tunggu sampai menit terakhir*); (2) kecenderungan mengalami kesulitan untuk mengerjakan hal yang tidak disukai, dan jika mungkin, menghindari atau mengelak hal yang tidak disukai tersebut (misal: *saya melihat celah atau jalan pintas untuk menghindari tugas yang berat*); (3) kecenderungan untuk menyalahkan orang lain atas keadaan buruk yang dialaminya (misal: *saya percaya bahwa orang lain tidak berhak untuk memberi saya deadline*).

### Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Prokrastinasi Akademik

Prokrastinasi merupakan hasil kombinasi (a) ketidakpercayaan akan kemampuannya untuk melakukan suatu tugas (Bandura, disitat Tuckman, 1998), ketidakmampuan untuk menunda kesenangan, dan (c) menyalahkan sesuatu di luar dirinya untuk kesalahan yang dilakukannya (Ellis & Knaus; Tuckman, disitat dalam Tuckman, 1998). Berkembangnya perilaku prokrastinasi dipengaruhi oleh beberapa faktor. Empat faktor utama yang mendukung perilaku prokrastinasi menurut Steel (2003) antara lain sebagai berikut.

- a) Fenologi prokrastinasi. Ini adalah *intended-action gap*, *mood*, dan kinerja (Steel, 2003). Orang yang melakukan prokrastinasi pada awalnya tidak bermaksud untuk menunda. Ia memiliki niat untuk menyelesaikan tugas, tetapi kemudian ia menundanya. Seseorang menghindari cemas dan meningkatkan kinerja dengan melakukan prokrastinasi. Dengan melakukan prokrastinasi mereka dapat mengeluarkan seluruh kemampuan fisik dan kognitif ketika tenggat waktu mendekat.
- b) Karakteristik tugas. (a) Waktu pemberian reward dan punishment. Samuel Johnson (dalam Steel, 2003) berpendapat bahwa *temporal proximity* sebagai penyebab alami prokrastinasi. Prokrastinasi akan menurun ketika tugas semakin mendekat (*temporal proximity*). Menurut Samuel, *temporal proximity* sebagai “*to be solicitous for that that is by its nearness enable to make the strongest impressions,*” yang artinya kecemasan paling besar saat-saat terakhir menimbulkan kesan yang kuat; (b) *Task aversiveness*. Banyak hal yang dapat membuat orang menunda mengerjakan tugas. Ketika suatu tugas dirasa tidak menyenangkan, orang cenderung menghindari tugas yang aservif tersebut. Hal inilah yang disebut dengan *task aversiveness*.

- c) Perbedaan individual. Steel (2003) meneliti tipe kepribadian, yaitu *Neuroticism*, *Extraversion*, *Agreeableness*, *Openness to experience*, dan *Conscientiousness*. Tipe *openness to experience* tidak berkorelasi dengan prokrastinasi, sedangkan *agreeableness* memiliki korelasi yang negatif dengan prokrastinasi. Tipe kepribadian *Conscientiousness* merupakan prediktor negatif terkuat terhadap perilaku prokrastinasi. Komponen impulsiveness dari tipe kepribadian *extraversion* juga dipercaya memainkan peran dalam perilaku prokrastinasi. Dari studi literatur yang dilakukan beberapa peneliti, disimpulkan bahwa *neuroticism* adalah sumber utama dari prokrastinasi. Peneliti berpendapat bahwa orang melakukan prokrastinasi pada tugas karena mereka aservif atau penuh tekanan, dan orang yang sering merasakan pengalaman stres akan melakukan prokrastinasi lebih banyak. Namun, Steel (2003) menemukan hasil korelasi yang lemah *neuroticism* dan prokrastinasi, kecuali *self-efficacy* memiliki korelasi negative yang kuat dengan prokrastinasi.
- d) Demografi. Munculnya perilaku prokrastinasi dipopulasi tidak hanya disebabkan oleh sifat-sifat kepribadian saja, penelitian telah memperkirakan faktor demografi dari prokrastinasi. Seharusnya prokrastinasi menurun saat seseorang menjadi lebih berumur dan telah belajar dari pengalaman.

Selain itu faktor lain yang mempengaruhi perilaku prokrastinasi adalah rasionalisasi. Tuckman (2002) melakukan penelitian tentang dukungan kognitif terhadap perilaku prokrastinasi yaitu berupa rasionalisasi. Rasionalisasi merupakan pikiran yang membantu prokrastinator untuk melakukan penundaan secara logis. Pikiran demikian berupa *wishfull thinking*, yaitu prokrastinator mengharapkan hasil yang positif dari perilaku yang disfungsi, seperti perilaku yang menunda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan prokrastinasi pada tingkat rendah kurang menggunakan rasionalisasi, dibandingkan dengan tingkat prokrastinasi yang sedang sampai tinggi. Sementara tingkat prokrastinasi tidak berbeda secara signifikan digunakan oleh prokrastinator adalah “Saya sulit memulai,” “Saya menunggu waktu yang tepat untuk melakukannya,” “Saya tahu saya dapat menyelesaikannya di menit terakhir.”

### **Perfeksionisme**

Murray (dalam Alwisol, 2004) menambahkan seorang yang mengalami Icarus complex, akan memasang tujuan terlalu tinggi dan mengembangkan ambisi yang berlebihan. Pemikiran ini merujuk pada kecenderungan individu untuk mengevaluasi



kualitias pribadi diri sendiri secara ekstreem. Pemikiran “Bila saya tidak begini maka saya bukan apa-apa sama sekali” merupakan dasar dari perfeksionisme yang menuntut kesempurnaan. Perfeksionisme merupakan salah satu hasil distorsi yang negatif (Burns, dalam Wulandari, 2002). Seorang perfeksionis melihat dunianya sebagai *all or nothing*, hitam atau putih.

Seseorang membuat standar yang sangat tinggi untuk perilakunya, misalnya mencoba untuk menjadi suami/istri/teman yang sempurna. Perfeksionis menciptakan pikiran yang tidak realistis dan tekanan yang sebenarnya membuatnya menderita. Pikiran tersebut adalah (Romas & Sarma, dalam Pahala 2004): a) saya harus sempurna untuk setiap apa yang saya kerjakan, b) saya seharusnya tidak membuat kesalahan, demikian pula orang lain, c) saya berusaha keras untuk melakukan yang benar, saya pantas terhindar dari frustasi dan kesulitan hidup, d) selalu ada satu cara yang benar untuk menyelesaikan sesuatu, e) jika saya melakukan kesalahan maka hancurlah segalanya, f) bilamana seseorang tidak melakukan sebagaimana seharusnya mereka lakukan, mereka adalah manusia yang buruk, g) jika saya tidak melakukannya dengan sempurna, saya pantas menghukum diri sendiri, h) jika saat ini saya tidak melakukannya dengan sempurna, maka saya harus bisa sempurna di lain waktu, i) saya harus sempurna atau saya seorang yang gagal.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa perfeksionisme adalah aktualisasi diri ideal dengan ambisi dan tujuan yang terlalu tinggi, tuntutan dengan kesempurnaan yang berlebihan, serta tidak dapat menerima sesuatu yang tidak sempurna.

### Aspek-aspek Perfeksionisme

Menurut Hill et.al. (2004) mengembangkan suatu pengukuran baru terhadap perfeksionisme, yaitu *the perfectionism inventory* yang terdiri dari delapan aspek;

- a) Ruminasi (*Rumination*) merupakan kecenderungan untuk obsesif khawatir tentang kesalahan masa lalu, kurangnya kinerja sempurna atau kesalahan akan masa depan.
- b) Membutuhkan persetujuan (*Need for approval*) merupakan kecenderungan untuk mencari pembuktian dari orang lain dan peka terhadap kritik.
- c) Memikirkan kesalahan (*Concern over mistakes*) merupakan kecenderungan untuk mengalami penderitaan atau kecemasan atas masalah.
- d) Penuh perencanaan (*Planfulness*) merupakan kecenderungan untuk merencanakan dan membuat keputusan.

- e) Tekanan orang tua yang dirasakan (*Perceived parent pressure*) merupakan kecenderungan untuk tampil sempurna di depan orangtua.
- f) Dorongan untuk hasil yang sangat baik (*Striving for excellence*) merupakan kecenderungan untuk mengejar hasil yang sempurna dan standar yang tinggi.
- g) Standar tinggi untuk orang lain (*High standard for others*) merupakan kecenderungan memiliki standar yang tinggi terhadap orang lain.
- h) Keteraturan (*Organization*) merupakan kecenderungan untuk menjadi rapi & teratur.

### **Hubungan Antara Perfeksionisme Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa**

Perilaku prokrastinasi sebenarnya merupakan perilaku yang telah lama ada dan dapat terjadi dalam berbagai bidang dan situasi. Prokrastinasi akademik merupakan suatu penundaan terhadap tugas akademik yang penting untuk dilakukan dan menimbulkan konsekuensi tertentu bagi prokrastinator itu sendiri. Ada banyak faktor yang menyebabkan perilaku prokrastinasi akademik, salah satunya adalah perfeksionisme. Perfeksionisme merupakan salah satu hasil distorsi kognitif yang menuntut adanya kesempurnaan (Burns, dalam Wulandari, 2002).

Perfeksionisme dapat berhubungan dengan prokrastinasi akademik dalam dua cara. Yang pertama tekanan atau tuntutan yang sangat tinggi serta adanya perasaan inferioritas menyebabkan perfeksionis cenderung berusaha menghindari tugas tersebut. Tuckman (2003) mengatakan bahwa prokrastinator adalah pencari kesenangan dan berusaha menghindari dari hal-hal yang menekan mereka. Seorang perfeksionis akan merasa gagal dalam menyusun suatu karya ilmiah yang sempurna, akan berusaha menghindari dan menunda penyelesaian skripsinya hingga detik-detik terakhir. Dengan demikian, ia dapat menyalahkan sesuatu di luar dirinya dengan merasa bebas dari tekanan-tekanan irasionalnya (misalnya, waktu yang tidak cukup untuk membuat karya yang sempurna).

Yang kedua, seorang perfeksionis yang menuntut kesempurnaan akan cenderung mengumpulkan sebanyak-banyaknya dalam menentukan suatu pilihan atau karya yang sempurna. Perfeksionis akan terus menunda mengerjakan tugasnya agar terlihat dapat menghasilkan karya yang sempurna tanpa cacat. Seorang yang perfeksionis yang menuntut menghasilkan karya yang sempurna akan mengumpulkan sebanyak mungkin informasi. Ketika perfeksionis masih merasa belum cukup untuk mengumpulkan informasi maka

perfeksionis akan menunda pengerjaan skripsinya. Dalam hal ini, seseorang yang perfeksionis melakukan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi (Gunawinata, V.A., Nanik., & Lasmono, H.K., 2008).

Penelitian mengenai perfeksionisme dan perilaku prokrastinasi selama ini menunjukkan hasil bervariasi. Itulah sebabnya peneliti merasa perlu memperjelas bagaimana hubungan perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik.

### **Hipotesis**

Berdasarkan tinjauan yang telah dijelaskan di atas, maka dirumuskan hipotesa penelitiannya adalah terdapat hubungan positif yang signifikan antara perfeksionisme dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa di fakultas psikologi Universitas Kristen Satya Wacana.

## **METODE PENELITIAN**

### **Variabel Penelitian**

#### **Perfeksionisme (Variabel Bebas)**

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel bebas adalah aspek-aspek dari perfeksionisme yang diukur dengan menggunakan skala psikologi yaitu adaptasi dari *The Perfectionism Inventory* (PI) yang terdiri dari delapan aspek perfeksionisme menurut Hill et al. (2004) yaitu Ruminasi (*Rumination*), Membutuhkan persetujuan (*Need for Approval*), (Concern Over Mistakes), Penuh perencanaan (*Planfulness*), Tekanan orang tua yang dirasakan (*Perceived Parent Pressure*), Dorongan untuk hasil yang sangat baik (*Striving for Excellence*), Standar tinggi untuk orang lain (*High Standard for Others*), Dan Keteraturan (*Organization*).

#### **Prokrastinasi Akademik (Variabel Terikat)**

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel terikat adalah aspek-aspek yang dikemukakan oleh Tuckman (1998) yaitu, penggambaran diri secara umum terhadap kecenderungan untuk menunda atau berhenti mengerjakan sesuatu, kecenderungan mengalami kesulitan untuk mengerjakan hal yang tidak disukai, dan jika mungkin, menghindari atau mengelak hal yang tidak disukai tersebut, dan kecenderungan untuk menyalahkan orang lain atas keadaan buruk yang dialaminya.



## Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Psikologi, sedangkan subjek dari penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang dalam penyelesaian skripsi berjumlah 126 mahasiswa dan sampel yang diambil berjumlah 82 mahasiswa.

Menurut Sugiyono (2013) sampel merupakan sebagian dari jumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah *insidental sampling* yang merupakan teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan atau insidental bertemu dengan peneliti dapat digunakan sebagai sampel, bila dipandang orang yang kebetulan ditemui itu cocok sebagai sumber data (Sugiyono, 2013).

## Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan dua skala yaitu:

### 1. Skala Perfeksionisme

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel bebas adalah aspek-aspek dari perfeksionisme yang diukur dengan menggunakan skala psikologi yaitu adaptasi dari *The Perfectionism Inventory* (PI) yang terdiri dari delapan aspek perfeksionisme menurut Hill et al. (2004) yaitu:

- a) Ruminasi (*Rumination*) merupakan kecenderungan untuk obsesif khawatir tentang kesalahan masa lalu, kurangnya kinerja sempurna atau kesalahan akan masa depan.
- b) Membutuhkan persetujuan (*Need for approval*) merupakan kecenderungan untuk mencari pembuktian dari orang lain dan peka terhadap kritik.
- c) Memikirkan kesalahan (*Concern over mistakes*) merupakan kecenderungan untuk mengalami penderitaan atau kecemasan atas masalah.
- d) Penuh perencanaan (*Planfulness*) merupakan kecenderungan untuk merencanakan dan membuat keputusan.
- e) Tekanan orang tua yang dirasakan (*Perceived parent pressure*) merupakan kecenderungan untuk tampil sempurna di depan orangtua.
- f) Dorongan untuk hasil yang sangat baik (*Striving for excellence*) merupakan kecenderungan untuk mengejar hasil yang sempurna dan standar yang tinggi.
- g) Standar tinggi untuk orang lain (*High standard for others*) merupakan kecenderungan memiliki standar yang tinggi terhadap orang lain.

- h) Keteraturan (*Organization*) merupakan kecenderungan untuk menjadi rapi & teratur.

Skala ini disusun dengan dua jenis pernyataan, yaitu *favorable* dan *unfavorable* yang menggunakan model Likert yang sudah dimodifikasi dengan menghilangkan kategori jawaban yang berada di tengah. Maka skala Likert tersebut mempunyai empat macam pilihan jawaban yaitu, sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). Penyebaran ini dilakukan dengan sistematis untuk item-item *favorable*, jawaban sangat sesuai (SS) mendapat skor 4 dan bergerak menuju skor 1 untuk jawaban yang sangat tidak sesuai (STS). Begitu juga dengan item-item *unfavorable*, jawaban sangat tidak sesuai (STS) mendapat skor 4 dan bergerak menuju skor 1 untuk jawaban sangat sesuai (SS). Semakin tinggi skor yang diperoleh pada skala ini, berarti individu memiliki kecenderungan perfeksionis. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh berarti individu kurang memiliki kecenderungan perfeksionis.

Perhitungan uji seleksi item dan reliabilitas skala perfeksionis yang terdiri dari 59 item yang dilakukan pengujian sebanyak 4 kali putaran, diperoleh 18 item yang gugur dan 41 item yang valid dengan koefisien korelasi item total bergerak antara 0,336-0,657, dan koefisien *Alpha* pada skala perfeksionis sebesar 0,931 yang artinya skala tersebut sangat reliabel.

## 2. Skala Prokrastinasi Akademik

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur variabel terikat adalah aspek-aspek yang dikemukakan oleh Tuckman (1998) yaitu:

- a) penggambaran diri secara umum terhadap kecenderungan untuk menunda atau berhenti mengerjakan sesuatu.
- b) kecenderungan mengalami kesulitan untuk mengerjakan hal yang tidak disukai, dan jika mungkin, menghindari atau mengelak hal yang tidak disukai tersebut.
- c) kecenderungan untuk menyalahkan orang lain atas keadaan buruk yang dialaminya.

Pada skala ini pernyataan dibagi menjadi dua kelompok, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Metode yang digunakan sebagai pola dasar pengukuran skala ini adalah model Likert, yaitu skala Likert yang sudah dimodifikasi dengan menghilangkan kategori jawaban yang berada di tengah. Dengan demikian skala Likert tersebut mempunyai

empat macam pilihan jawaban yaitu, sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS). Penyebaran ini dilakukan dengan sistematis untuk item-item *favorable*, jawaban sangat sesuai (SS) mendapat skor 4 dan bergerak menuju skor 1 untuk jawaban yang sangat tidak sesuai (STS). Begitu juga dengan item-item *unfavorable*, jawaban sangat tidak sesuai (STS) mendapat skor 4 dan bergerak menuju skor 1 untuk jawaban sangat sesuai (SS). Semakin tinggi skor yang diperoleh pada skala ini, berarti semakin tinggi juga prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh maka semakin rendah prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa.

Perhitungan uji seleksi item dan reliabilitas skala prokrastinasi yang terdiri dari 35 item yang dilakukan pengujian sebanyak 2 kali putaran, diperoleh 2 item yang gugur dan 33 item yang valid dengan koefisien korelasi item total bergerak antara 0,307-0,721, dan koefisien *Alpha* pada skala prokrastinasi sebesar 0,929 yang artinya skala tersebut sangat reliabel.

## HASIL PENELITIAN

### Hasil Analisis Deskriptif

Berikut adalah hasil perhitungan nilai rata-rata, minimal, maksimal, dan standar deviasi sebagai hasil pengukuran Skala perfeksionis dan skala prokrastinasi akademik dapat dilihat pada tabel di bawah ini:



**Tabel 1. Statistik Deskriptif Hasil Pengukuran Perfeksionis dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi**

Variabel	Interval	Kategori	f	%	Mean	SD	Max	Min
<b>Perfeksionis</b>	$139,4 \leq x \leq 164$	Sangat Tinggi	1	1,22		<b>15,85</b>	<b>142</b>	<b>56</b>
	$114,8 \leq x < 139,4$	Tinggi	17	20,7				
	$90,2 \leq x < 114,8$	Sedang	51	62,2	104,5			
	$65,6 \leq x < 90,2$	Rendah	12	14,6				
	$41 \leq x < 65,6$	Sangat Rendah	1	1,22				
<b>Jumlah</b>			<b>82</b>	<b>100</b>				
<b>Prokrastinasi</b>	$112,2 \leq x \leq 132$	Sangat Tinggi	23	18,2		<b>13,48</b>	<b>127</b>	<b>46</b>
	$92,8 \leq x < 112,2$	Tinggi	49	59,7	100,4			
	$72,6 \leq x < 92,8$	Sedang	15	18,2				
	$52,8 \leq x < 72,6$	Rendah	2	2,44				
	$33 \leq x < 52,8$	Sangat Rendah	1	1,22				
<b>Jumlah</b>			<b>82</b>	<b>100</b>				

Dari tabel di atas, dapat dilihat bahwa sebagian besar mahasiswa psikologi yang menyelesaikan skripsi memiliki tingkat perfeksionis yang berada pada kategori sedang. Hal tersebut ditunjukkan dari skor rata-rata tingkat perfeksionis mahasiswa sebesar 104,51. Sedangkan prokrastinasi mahasiswa yang mengerjakan skripsi memiliki skor rata-rata sebesar 100,46 atau dapat dikatakan mahasiswa yang mengerjakan skripsi memiliki tingkat prokrastinasi yang tinggi.

### Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 2. Uji Normalitas**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		perfeksionis	prokrastinasi
N		82	82
Normal Parameters <sup>a</sup>	Mean	104.51	100.46
	Std. Deviation	15.859	13.487
Most Extreme Differences	Absolute	.055	.130
	Positive	.055	.051
	Negative	-.055	-.130
Kolmogorov-Smirnov Z		.501	1.181
Asymp. Sig. (2-tailed)		.963	.123

Pada skala perfeksionis diperoleh hasil skor sebesar 0,501 dengan probabilitas (p) atau signifikansi sebesar 0,963 ( $p > 0,05$ ). Sedangkan pada skor prokrastinasi memiliki nilai K-S-Z sebesar 1,181 dengan probabilitas (p) atau signifikansi sebesar 0,123. Dengan demikian kedua variabel memiliki distribusi yang normal.

Sementara dari hasil uji linearitas dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3. Uji Linearitas**

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
prokrastinasi * perfeksionis	Between Groups	(Combined)	8693.057	45	193.179	1.151	.334
		Linearity	392.717	1	392.717	2.340	.135
		Deviation from Linearity	8300.340	44	188.644	1.124	.362
	Within Groups		6041.333	36	167.815		
	Total		14734.390	81			

Hasil uji linearitas diperoleh nilai  $F_{beda}$  sebesar 1,124 dengan signifikansi = 0,362 ( $p > 0,05$ ) yang menunjukkan hubungan antara perfeksionis dengan prokrastinasi adalah linear.

### Uji Korelasi

Uji korelasi antara variabel bebas dan terikat, dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4. Hasil Uji Korelasi antara Perfeksionis dengan Prokrastinasi**

**Correlations**

		Prokrastinasi	Perfeksionis
Prokrastinasi	Pearson Correlation	1	.163
	Sig. (1-tailed)		.071
	N	82	82
Perfeksionis	Pearson Correlation	.163	1
	Sig. (1-tailed)	.071	
	N	82	82

Hasil koefisien korelasi antara perfeksionis dengan prokrastinasi, sebesar 0,163 dengan signifikansi = 0,071 ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang positif antara perfeksionis dengan prokrastinasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi dalam menyelesaikan skripsi.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian mengenai Hubungan antara Perfeksionis dengan Prokrastinasi pada Mahasiswa yang Menyelesaikan Skripsi, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang negatif antara perfeksionis dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi dalam menyelesaikan skripsi. Berdasarkan hasil uji perhitungan korelasi, keduanya memiliki  $r$  sebesar 0,163 dengan signifikansi sebesar 0,071 ( $p < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan positif antara Perfeksionisme dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Psikologi.

Menurut Widhiarso (2011) ada beberapa penyebab mengapa hasil uji statistik tidak signifikan, seperti adanya outliers, model tidak sesuai, ukuran sampel kecil, pengaruh variabel intervening, prasyarat analisis yang tidak dipatuhi, perbedaan konteks, alat ukur yang kurang valid dan reliabel, dan penyebab lainnya seperti masalah data, desain penelitian dan lain-lain.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif dalam penelitian ini, diketahui bahwa mahasiswa fakultas psikologi yang menyelesaikan skripsi mempunyai tingkat perfeksionis yang berada pada kategori sedang mean 104,51. Sedangkan tingkat prokrastinasi mahasiswa psikologi dalam menyelesaikan skripsi berada pada kategori tinggi dengan mean sebesar 100,46. Pada tingkat perfeksionis berada pada kategori sedang, menurut wawancara yang dilakukan dengan beberapa mahasiswa yang mengerjakan skripsi tersebut tidak menjamin mereka untuk melakukan prokrastinasi karena mereka adalah orang yang perfeksionis maka mereka menuntut kesempurnaan tanpa adanya menunda pengerjaan skripsi. Jadi ketika dosen memberikan revisi maka mereka langsung mengerjakan skripsi mereka tanpa menunda-nundanya. Hal tersebut dimungkinkan karena munculnya perilaku prokrastinasi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor lainnya selain faktor perfeksionis. Penjelasan tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Steel (2003) yang menyatakan bahwa perfeksionis tidak berkorelasi signifikan terhadap prokrastinasi akademik.



Sebaliknya hal-hal seperti self-regulated learning, asertivitas, self-efficiency, perilaku impulsive, self-control dan motivasi berprestasi yang dimiliki individu mempengaruhi muncul tidaknya perilaku prokrastinasi yang dilakukan. Lestari et al (2014) menjelaskan bahwa kemampuan self-regulated learning individu mempengaruhi munculnya prokrastinasi akademik mereka. Selain itu, menurut Husetiya (2010) kemampuan asertivitas turut mempengaruhi prokrastinasi akademik, bahkan self-efficacy pun juga turut mempengaruhi prokrastinasi akademik (Priyatama, Wijayanti & Annisa, 2012).

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara perfeksionis dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa fakultas psikologi dalam menyelesaikan skripsi, diperoleh kesimpulan bahwa tidak ada hubungan positif antara perfeksionis dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa psikologi UKSW dalam menyelesaikan skripsi. Sebagian besar subjek memiliki kecenderungan perfeksionis pada kategori sedang dan sebagian besar subjek memiliki prokrastinasi berada pada kategori tinggi.

### **SARAN**

Bagi Mahasiswa: disarankan agar mahasiswa yang sering menunda-nunda tugas dalam menyelesaikan skripsi, diharapkan untuk membangun suatu komitmen untuk dapat mengatasi masalah-masalah tersebut agar penyelesaian skripsinya sesuai tepat waktu.

Bagi Dosen: agar dapat membimbing mahasiswanya menjadi mahasiswa yang aktif dalam menyelesaikan skripsi dan mampu membangun hubungan yang baik dengan mahasiswanya supaya ketika mahasiswa mengalami kendala dalam menyelesaikan skripsi, dosen dapat membantu memberikan jalan keluar yang baik.

Bagi Peneliti selanjutnya: diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut penelitian ini dengan mengembangkan variabel-variabel lain yang dapat digunakan, sehingga terungkap faktor-faktor yang memengaruhi prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi terutama pada mahasiswa fakultas psikologi di UKSW Salatiga seperti membangun pendampingan dari pihak dosen pembimbing kepada mahasiswa, relasi mahasiswa dengan mahasiswa, inteligensi, bakat, kematangan, latar belakang kebudayaan, kurikulum, keadaan kampus, dan teman bergaul.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2004). Psikologi Kepribadian. Malang: Umm Press
- Binder, K. (2002). The effect of an academic procrastination treatment on student procrastination and subjective well-being. *Unpublished thesis*, Carleto University, Ottawa, Ontari, Canada.
- Burka, J. B., & Yuen, L. M. (1989). *Procrastination is the thief of time*. Retrieved March 27, 2015. From <http://sas.calpoly.edu/asc/ssl/procrastination.doc>
- Fibrianti, I. D. (2009). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orangtua Dengan Prokrastinasi Akademik Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Skripsi*
- Fletcher, J. (2005) *Perfectionism: Bane or Blessing?*. Retrieved July 17, 2015. From <http://www.lionlifecoaching.com/MC2%20AugSep%202005.pdf>
- Flett, G. L., Blankstein, K. R., Hewitt, P.L., & Koledin, S. (1992). Components of perfectionism and procrastination in college students. *Social Behavior and Personality*, 20(2), 85-94
- Gunawinata, V.A., Nanik., & Lasmono, H.K. (2008). Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik & Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 2 (2) : 22-34
- Gordon, F.E.(2003). *Perfectionism and procrastination*. Retrieved March 17 2015, from <http://practicalperfectionist.com/perfectionism&Procrastination.PDF>
- Hewitt, P. (2004). Did you know that psychology works for perfectionism. Retrieved Mei 7, 2015. From <http://www.cpa.ca/cpasite/userfiles/Documents/factsheets/Perfectionism.pdf>
- Husetiya, Y. (2010). Hubungan Asertivita dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Provita* Volume 2 : 80-91
- Kingofong, S. M. (2004). Penghambat pada pengerjaan. *Skripsi*. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya
- Laforge, M. (2005). Applying explanatory style to academic procrastination. *Journal of The Academy of Business Education*. Proceedings, 6 (5): 110-119 <http://www.abe.villanova.edu/proc2005/laforge.pdf>
- Lestari, N. H Priyatama, N. A, & Lilik, S. (2014). Hubungan antara self-regulated learning dengan prokrastinasi penyusunan skripsi pada mahasiswa fakultas Satra dan Seni Rupa UNS. *Jurnal Psikologi Kepribadian* Vol (2): 5
- Pahala, F. (2004). Gambaran psikologis individu dengan prokrastinasi (studi pada mahasiswa yang menunda-nunda tugas skripsi). *Skripsi* (tidak diterbitkan). Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya
- Priyatama, N. A, Wijayanti, Sri., & Annisa, F. N. (2012). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Program Studi

Psikologi Universitas Sebelas Maret Surakarta. Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa, Vol 1 No (2)

Solomon, I. J., & Rothblum E.D. (1988). *Procrastination Assesment Scale student*. In M. Hersen & A.,S. Bellack (Eds). Dictionary of behavioral assessment techniques. New York: Pergammon Press

Steel, P. (2002). *The measurement and nature of procrastination*. Unpublished Thesis, University of Minnesota.

Steel, P. (2003). *The nature of procrastination*. Retrieved march 17, 2015, from://haskayne.Ucalgary.ca/haskaynefaculty/files/haskaynefaculty/procrastination.pdf

Steel, P. (2005a). *The nature of procrastination: A meta-analytic and theoretical review of self-regulatory failure*. Retrieved march 17, 2015, from://www.ucalgary.ca/steel/procrastination/meta/The%20Nature%20of%20Procrastination.doc

Sugiyono. (2013). Statistika untuk penelitian. Bandung: Alfabeta.

Tuckman, B. W. (1998). *Using Tests As An Incentive To Motivate Procrastination To Study*. *Journal of Experimental Education*, 66 (2), 141-147.